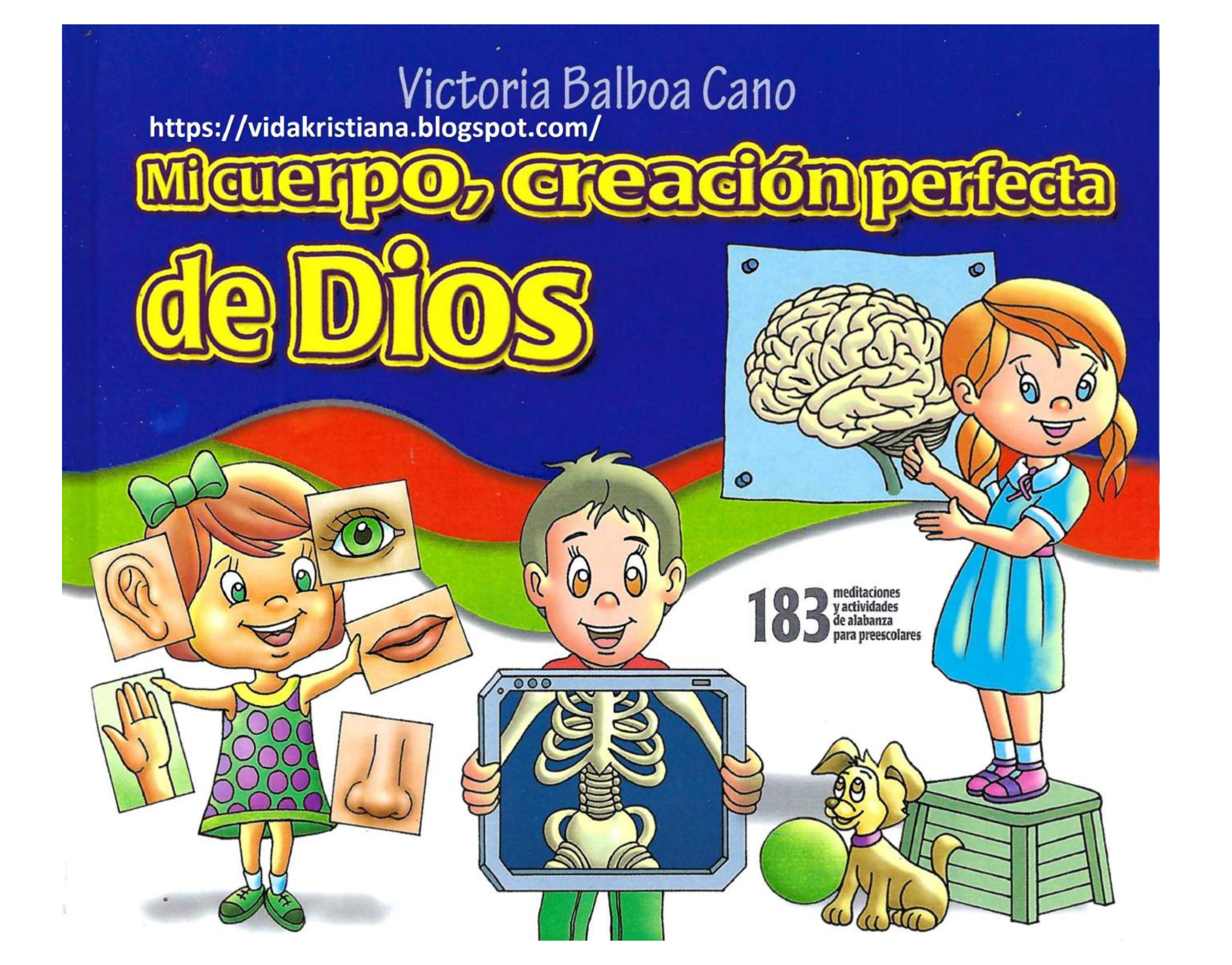
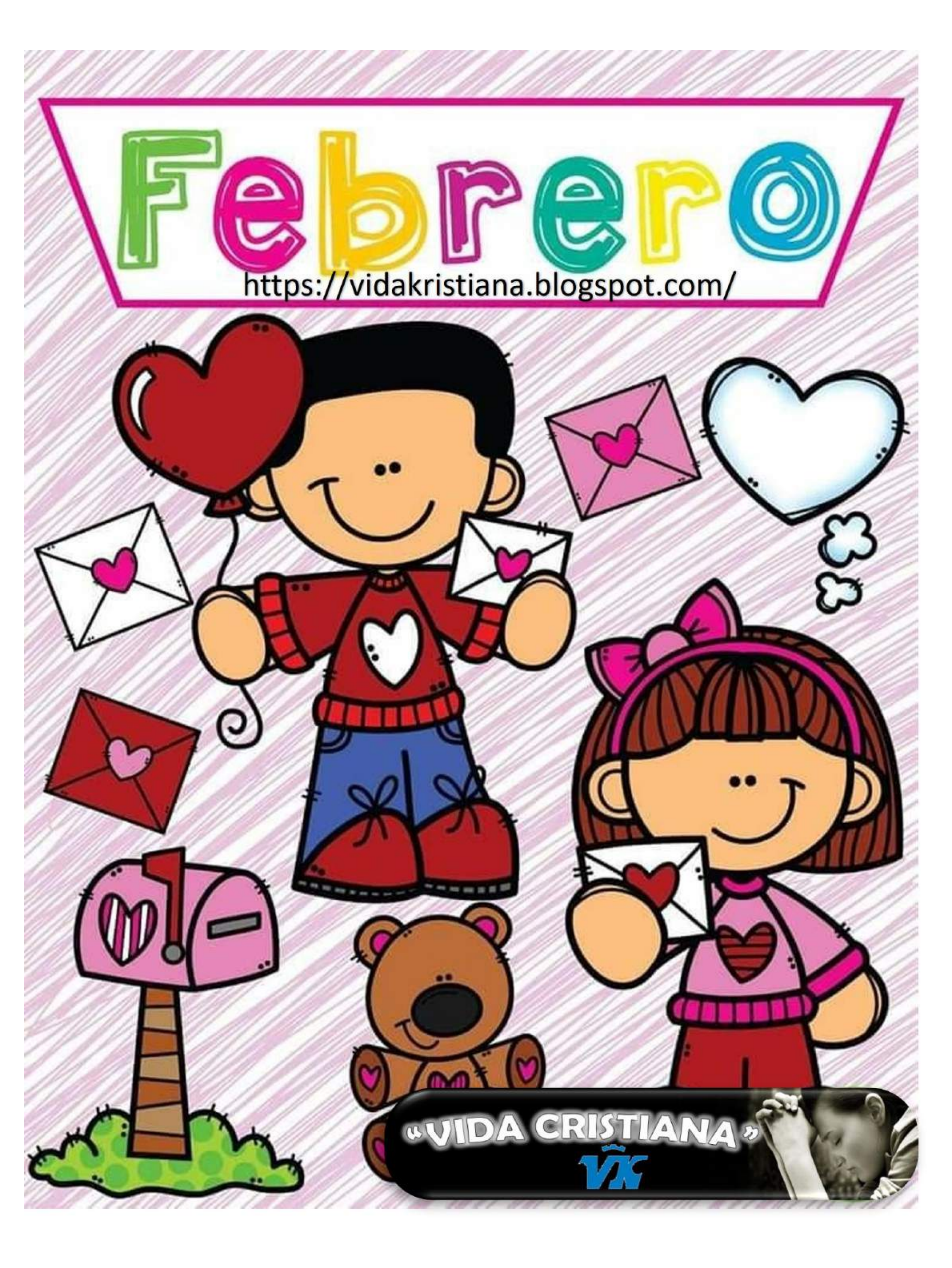
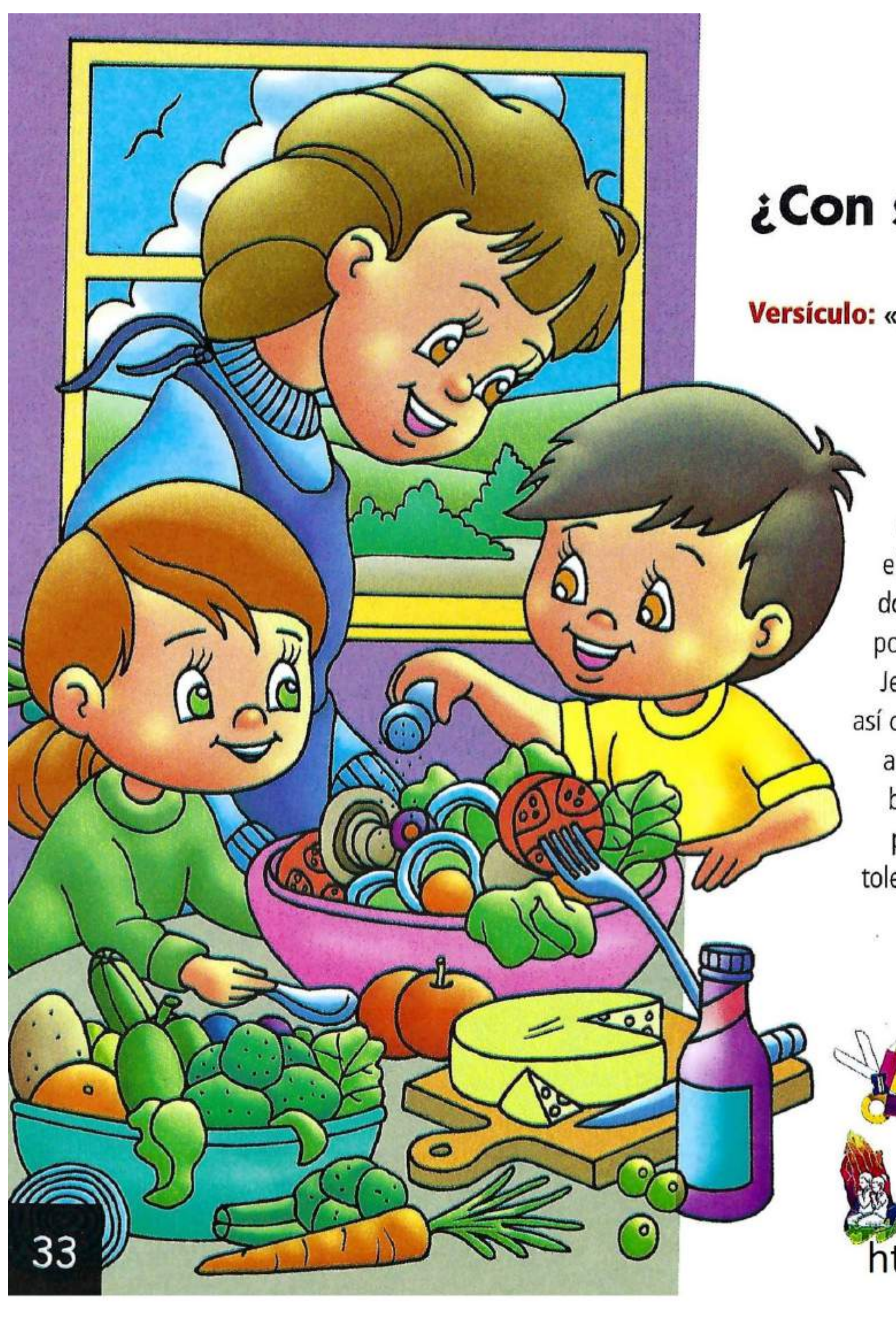

Victoria Balboa Cano
https://vidakristiana.blogspot.com/
Mi cuerpo, creación perfecta de Dios
183 meditaciones y actividades de alabanza para preescolares


Febrero
https://vidakristiana.blogspot.com/
"VIDA CRISTIANA"
VK



# ¿Con sal o sin sal?



**Versículo:** «¿Quién come sin sal una cosa desabrida? ¿Qué gusto tiene una cosa sin sabor?» Job 6: 6

LA SAL ES UN INGREDIENTE INDISPENSABLE en la cocina. Aunque es pequeña, logra hacer cambios extraordinarios en los alimentos, pues es el elemento que proporciona el toque final, dándole un sabor especial. Sin la sal, tu sentido del gusto no podría disfrutar de las comidas agradables, por el contrario, estaría desabrida, sin sabor.

Jesús dijo a sus discípulos que ellos eran la sal de la tierra pues, así como la sal da sabor a los alimentos, ellos debían dar sabor a la vida de las personas compartiendo el amor de Dios. Tú también puedes ser la sal en tu familia, es decir, el ingrediente especial. Cuando vives como Jesús, en amor, obediencia, bondad, tolerancia y paz, logras dar sabor y felicidad a todo tu hogar.

**Actividad:** Juega con mami a probar diversos alimentos, con los ojos vendados. Menciona el nombre de cada uno. Disfruta de los sabores.

**Oración:** Querido Padre, ayúdame a ser la sal de mi hogar.

# Maná, pan del cielo

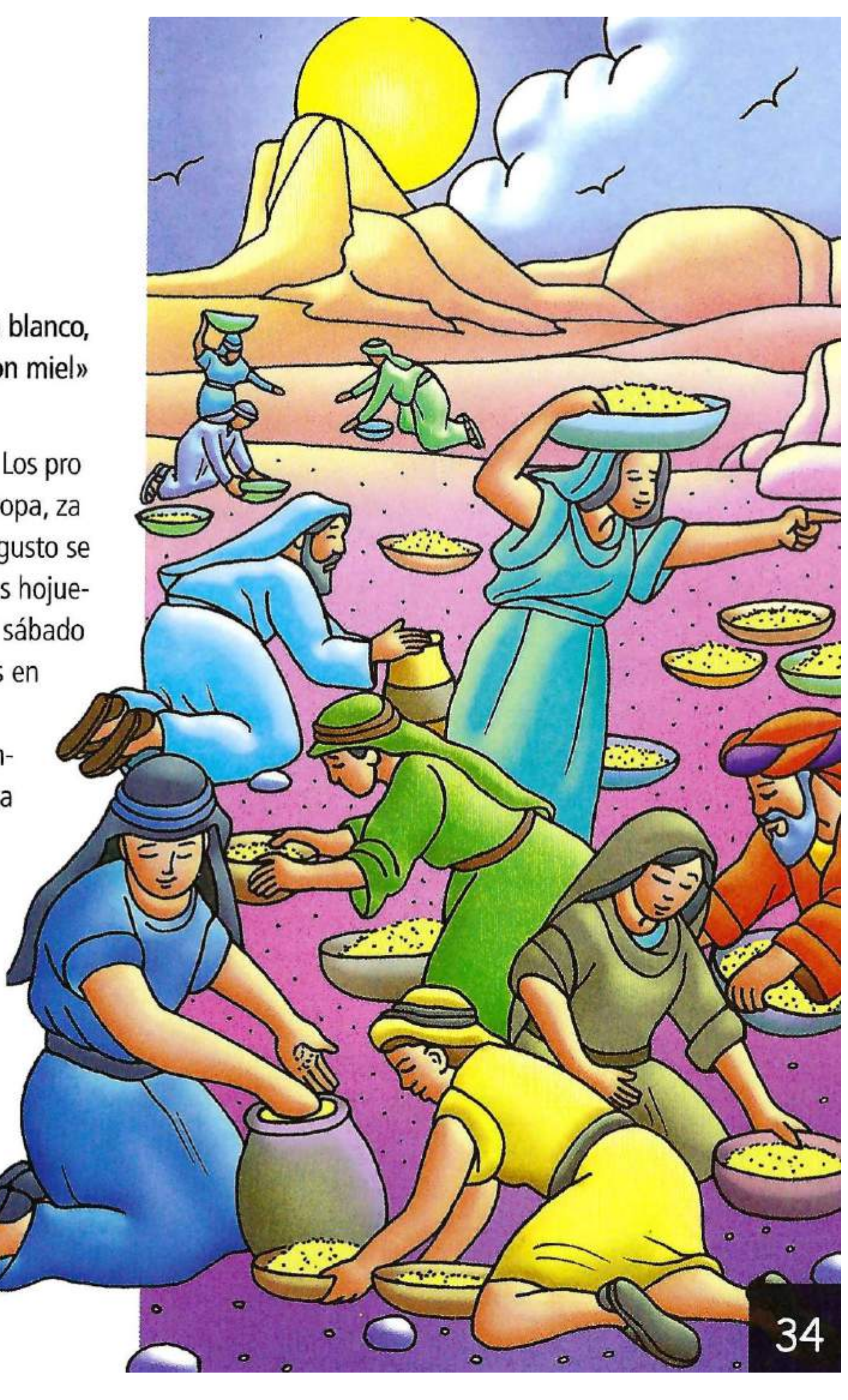
**Versículo:** «Los israelitas llamaron maná a lo que recogían. Era blanco, como semilla de cilantro, y dulce como hojuelas con miel» Éxodo 16: 31

DIOS CUIDÓ DEL PUEBLO de Israel cuarenta años en el desierto. Los protegió y proveyó de todo lo que necesitaban. No les hizo falta ropa, zapatos ni comida, pues envió pan del cielo para que su sentido del gusto se deleitara. Todas las mañanas, los israelitas recogían el maná, dulces hojuelas como de miel. El viernes, debían recoger doble porción, pues el sábado era día de reposo y adoración. Dios mostró su amor con ellos y les enseñó que él provee aún en desiertos, donde la comida es escasa.

¡Qué maravilloso amor! Así como Dios cuidó de su pueblo, también cuida de ti. Él te da lo que necesitas: salud, familia, casa, ropa, zapatos, escuela y alimentos.

**Actividad:** Con ayuda de mami, dibuja, colorea, recorta y coloca la lengua, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón.

**Oración:** Querido Padre, gracias porque me das lo que necesito.



SECCIÓN II

# ¿Cómo está formado mi cuerpo?

**Versículo:** «Tú fuiste quien formó todo mi cuerpo; tú me formaste en el vientre de mi madre» Salmos 139: 13

TU CUERPO ESTÁ DIVIDIDO EN 3 PARTES: la cabeza, el tronco y las extremidades.

1. La cabeza está situada en la parte superior de tu cuerpo y está compuesta por tus ojos, nariz, boca, cejas, cabello, orejas.
2. El tronco es la parte central de tu cuerpo y está conformado por el cuello, el tórax, abdomen y pelvis.
3. Las extremidades son las partes que salen del tronco.
   - Las extremidades superiores: los brazos.
   - Las extremidades inferiores: las piernas.

Dios creó cada parte de tu cuerpo desde que estabas en el vientre de mami. Él es sabio y te hizo perfecto, pues eres su hijo. Dios te ama y desea que seas un niño feliz.

**Actividad:** Solicita a mami que te mencione diversas partes del cuerpo, para que rápidamente, toques con tus manos la parte indicada.

**Oración:** Querido Padre, gracias por crear todas las partes de mi cuerpo en el vientre de mi mami.

# Mi cabeza

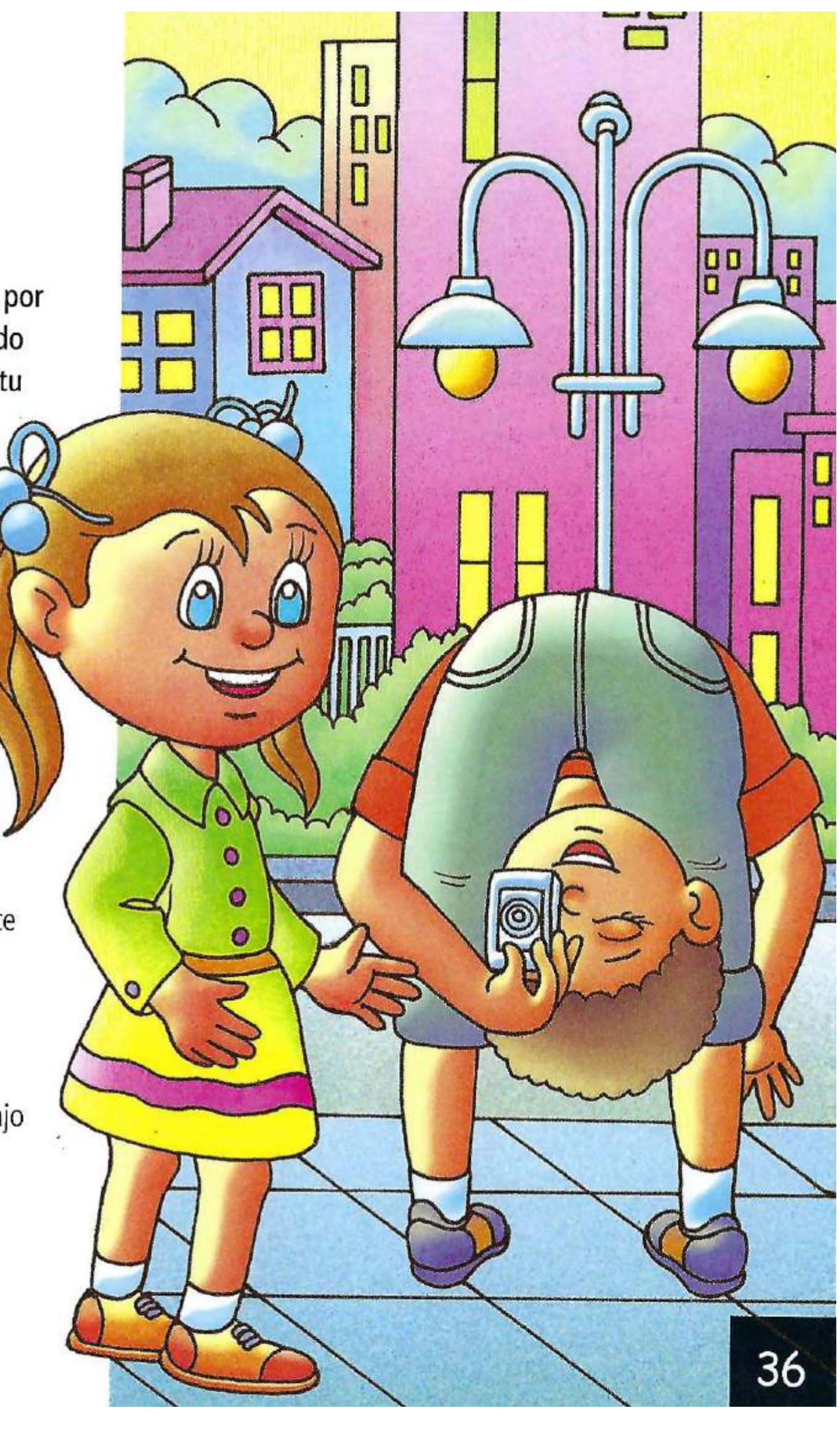
**Versículo:** «El Señor te pondrá por cabeza, no por cola. Estarás por encima de todo, nunca por debajo, siempre y cuando obedezcas y cumplas los mandamientos del Señor tu Dios...» Deuteronomio 28: 13 (REINA VALERA CONTEMPORÁNEA)

¿TE HAS PREGUNTADO ALGUNA VEZ por qué Dios colocó la cabeza en la parte superior de tu cuerpo? En tu cabeza se encuentran los órganos de los sentidos: tus ojos, tus orejas, tu nariz, tu boca. ¿Puedes imaginar la cabeza debajo de tu cuerpo? ¡No! Sería muy complicado ver, escuchar, saborear. Dios es sabio y no se equivoca, por eso colocó tu cabeza arriba.

Dios requiere que seas un niño disciplinado en todo lo que hagas, para que te coloques en la posición de la cabeza: ¡arriba! Él quiere que sus hijos sean primeros lugares y no los últimos. Si te esfuerzas y obedeces sus mandamientos tendrás asegurado el éxito.

**Actividad:** Inclina tu cuerpo y, coloca tu cabeza lo más bajo que puedas entre las piernas. Comenta con mami lo difícil que sería tener la cabeza en esa posición.

**Oración:** Querido Padre, gracias por mi cabeza, ayúdame a ser un niño esforzado.








# Cabellos contados

**Versículo:** «Hasta los cabellos de la cabeza él los tiene contados uno por uno» Mateo 10: 30

LOS CABELLOS SIRVEN PARA PROTEGER tu cabeza del sol y del frío, conservando el calor corporal que necesitas. Tus cabellos comenzaron a salir desde que estabas dentro del vientre de mami, en el cuarto mes de embarazo y crecen aproximadamente 1.27 cm al mes. Existen cabellos lacios, ondulados o rizados; negro, castaño, rubio o pelirrojo.

Dios es un gran artista, sabía que los cabellos serían esenciales para tu cuerpo y también para dar belleza y estética a tu cabeza. Eres más bella o más guapo con tu hermoso cabello.

Los científicos calculan que una persona puede tener de 80,000 a 140,000 cabellos, pero no conocen un dato específico. Dios sí conoce la cantidad exacta de cabellos que tienes, pues es un creador perfeccionista ¿No es maravilloso tener un Padre amante que conoce cada detalle de ti?



**Actividad:** Peina tu cabello y el de tu familia. Siente las diversas texturas.



**Oración:** Gracias, querido Dios, porque conoces cada detalle de mí.

# Cualidades del cabello

**Versículo:** «Luego los secó con sus cabellos, los besó y derramó sobre ellos el perfume»
Lucas 7: 38

DIOS HIZO LOS CABELLOS CON CUALIDADES ESPECÍFICAS:

1. Elasticidad: habilidad que tiene tu cabello para estirarse y regresar a su forma natural sin romperse.
2. Resistente: capacidad que tiene tu cabello para resistir temperaturas muy calientes, así como la capacidad de ser fuerte, pues cada cabello puede soportar una carga de 100g, es decir, cargar más de 100 veces su propio peso.
3. Porosidad: capacidad que tiene tu cabello para absorber líquidos.
4. Plasticidad: Capacidad para moldear y peinar de distintas formas tu cabello.

Tú también puedes poner en práctica esas cualidades y aprender de tu cabello: estira tu mano para traer otros niños a Jesús; resiste las pruebas y dificultades; absorbe la palabra de Dios y, moldea tu carácter, a semejanza de él.

**Actividad:** Cuando te peines, toma un cabello que haya quedado en tu cepillo. Estíralo y observa que vuelve a su normalidad sin quebrarse.

**Oración:** Querido Padre, gracias por crear mi cabello con cualidades extraordinarias.





# Cabello desobediente

**Versículo:** «Vas a tener un hijo al que no se le deberá cortar el cabello, porque ese niño estará consagrado a Dios» Jueces 13: 5

LA BIBLIA CUENTA LA HISTORIA de un hombre que tuvo el cabello muy largo, Sansón. Dios lo escogió desde el vien tre de su mami. No debía cortar su cabello jamás. Sansón creció y fue desobediente a sus padres. Se olvidó que Dios tenía planes con él para liberar a su pueblo, pues era el hombre más fuerte del mundo. Un día conoció una mu chacha mala que adoraba a otros dioses. Sansón se ena moró de ella y le contó su secreto, que su fuerza provenía de su cabello. Dalila, cortó su cabello mientras dormía y lo entregó a sus enemigos.

La fuerza de Sansón no estaba en su cabello, su fuerza dependía de la obediencia a Dios y sus mandatos.

**Actividad:** Con ayuda de mami dibuja, colorea, recorta y coloca el cabello, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón.

**Oración:** Querido Padre, deseo cumplir tus planes. Ayúdame a obedecerte siempre.

# Cabellos protegidos

**Versículo:** «y comprobaron que ni un pelo de la cabeza se les había chamuscado...» Daniel 3: 27

HOY ESTUDIARAS OTRA HISTORIA DE LA BIBLIA que menciona cabellos, pero con un final feliz ¿Sabes cuál es?

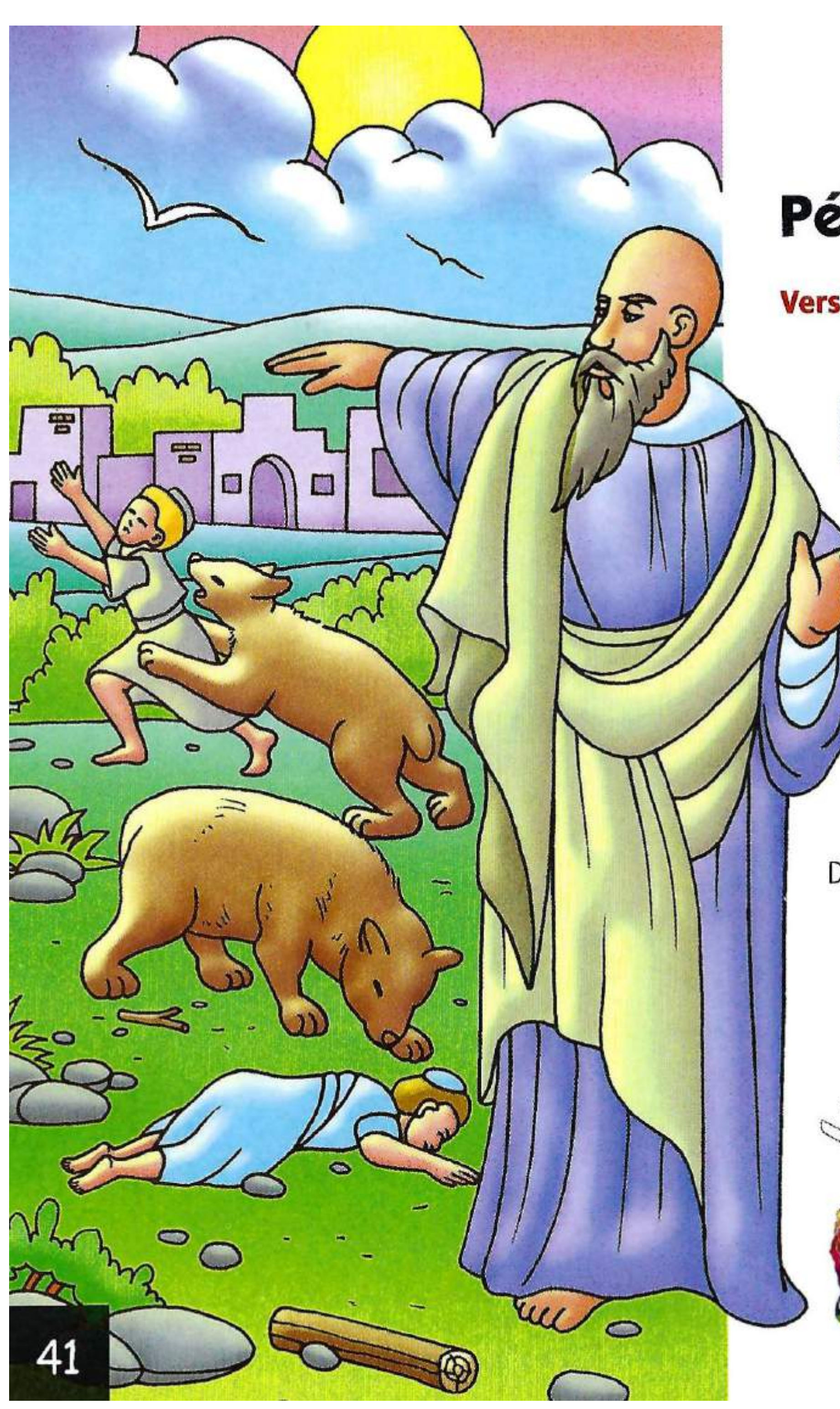
El rey Nabucodonosor mandó hacer una inmensa estatua para que todo el pueblo la adorara. Sin embargo, Sadrac, Mesac y Abed nego, decidieron no postrarse ante la imagen, pues ellos solo adoraban a Dios. Furioso el rey, envió a sus soldados a que los arrojasen a un horno de fuego, calentándolo 7 veces más. Entonces, ¡algo increíble paso! Dentro del horno de fuego se veían 4 personas platicando, como si nada pasara con el fuego. El rey reconoció que era el hijo de Dios el que acompañaba a los jóvenes hebreos. Cuando salieron del horno, el rey y la multitud observaron que ni un cabello tenían quemado, ni siquiera olían a humo.

Dios los protegió porque fueron obedientes a él y fieles a sus mandamientos.

**Actividad:** Con ayuda de mami, protege tu cabello aplicándole una crema hidratante.

**Oración:** Querido Padre, gracias porque cuidas hasta de mis cabellos.





# Pérdida de cabello

**Versículo:** «El Señor se burla de los burladores, pero da gracia a los afligidos» Proverbios 3: 34 LA BIBLIA DE LAS AMERICAS

LA BIBLIA MENCIONA que el profeta Eliseo era calvo, es decir, no tenía cabello. Un día, algunos muchachos se burlaron de él y la historia tuvo un final triste. Osos salieron del camino y los mataron. La burla es un acto vergonzoso que ofende a las personas y desagrada a Dios.

Existen muchas personas que, por distintas razones, no tienen cabellos. Algunas por enfermedad como el cáncer, pues son expuestas a radiaciones que ocasionan la pérdida del ca bello. Otras, heredan la calvicie de sus familiares. Su padre o sus abuelos fueron calvos, por lo que ellos también lo serán. El estrés y la mala alimentación también ocasionan pérdida de cabello. Dios desea que seas bondadoso con ellas y comprendas su situación.

**Actividad:** Si conoces a una persona que no tiene cabello, toma tiempo para visitarla y mostrarle tu amor.

**Oración:** Querido Padre, ayúdame a desechar la burla y mostrar amor a los demás.

# Mi boca

**Versículo:** «¿Y quién le ha dado la boca al hombre?» Éxodo 4: 11

DIOS CREÓ TU BOCA MUY ESPECIAL. Se encuentra ubicada en tu cara y compuesta por el **labio superior e inferior**, en la parte externa. Ambos protegen las partes internas como la **lengua, los dientes, las encías, el paladar y las glándulas salivales**. Es una parte pequeña de tu cuerpo, pero muy importante, pues está diseñada para hacer muchas ocupaciones, como:

1. Sentir el sabor de los alimentos, masticarlos y molerlos.
2. Salivar para deglutir más fácil los comida.
3. Respirar cuando la nariz está obstruida.
4. Expresar tus pensamientos a través de la pronunciación de las palabras y frases, es decir, comunicarte por medio del lenguaje oral.
5. Mostrar sonrisas a los que te rodean.
6. Besar a tus seres queridos, demostrándoles amor y cariño.

Dios hizo tu boca pequeña pero muy funcional. Desea que la uses correctamente.

**Actividad:** Emplea tu boca para respirar unos segundos y confirmar uno de sus múltiples usos.

**Oración:** Querido Padre, gracias por mi boca.






# ¿Dientes de leche?

**Versículo:** «Sus dientes, más blancos que la leche» Génesis 49: 12

¿HAS ESCUCHADO MENCIONAR que tienes dientes de leche? Les han llamado así porque las personas observan que el color de los dientes es muy blanco como la leche y creen que ese color se debe a que los bebés y niños pequeños se alimentan de leche. El nombre correcto es dientes deciduos o primarios, y son formados desde que estás en el vientre de mami, pero son vistos a partir de los 6 meses de edad. Un niño pequeño tiene 20 dientes, y aproximadamente a los 6 años, éstos se caen para ser sustituidos por 32 nuevos, que son llamados secundarios o adultos.

Dios creó los dientes primarios y secundarios para cada etapa de tu vida. Los primeros son pequeños como tu mandíbula, pero colaborarán como guía para los dientes adultos, los cuales te acompañarán toda tu vida.




**Actividad:** Cuenta los dientes de mami, y pídele a ella que cuente los tuyos.

**Oración:** Querido Padre, gracias por mis dientes primarios y por los secundarios, que pronto llegarán.



# Tipos de dientes

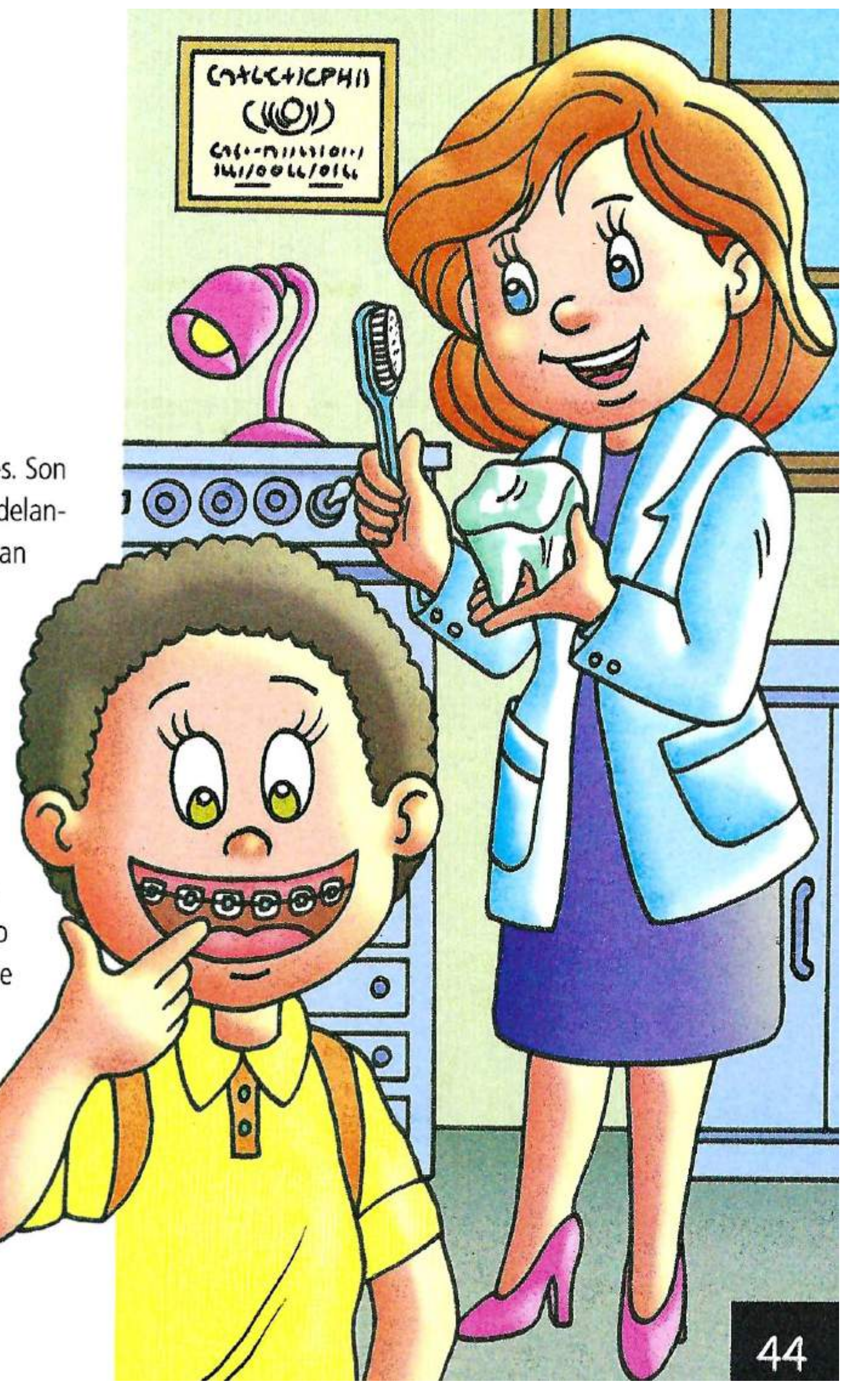
**Versículo:** «Tus dientes, todos perfectos» Cantares 6: 6

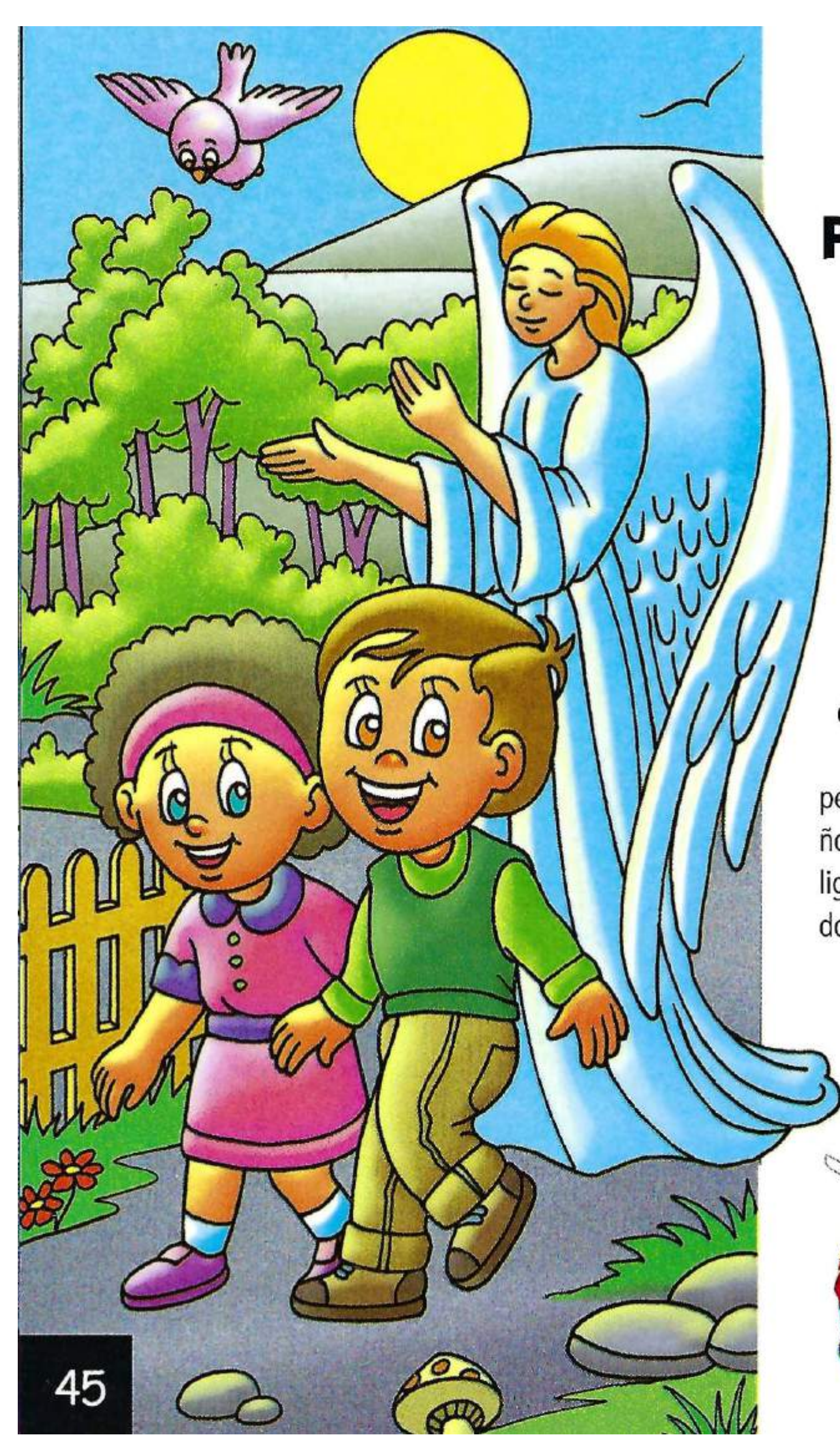
DIOS FORMÓ TU BOCA CON 4 TIPOS DE DIENTES:

1. Incisivos: su principal función es cortar la comida cuando comes. Son rectangulares y de bordes afilados. Se encuentran en la parte delantera de tu boca: 4 dientes en la mandíbula superior y 4 en la man díbula inferior.
2. Caninos: son llamados colmillos y se encuentran a ambos la dos de los incisivos, Tienen forma puntiaguda y su función es desgarrar alimentos como la carne.
3. Premolares: se encuentran detrás de los caninos y hay dos con juntos en cada mandíbula. Su función es triturar y machacar los alimentos.
4. Molares: se encuentran ubicados detrás de los premolares y son conocidos con el nombre de muelas. Una boca adulta tiene 12 mo lares y su función es masticar con fuerza para moler totalmente los alimentos y poder deglutirlos.

**Actividad:** Con ayuda de mami dibuja, colorea, recorta y coloca la boca con dientes, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón, y coloca en el centro la lengua.

**Oración:** Querido Padre, gracias porque formaste mis dientes perfectos.





# Protección total

**Versículo:** «El ángel me libra de todo mal» Génesis 48: 16

EL DIAMANTE ES EL MINERAL MÁS DURO que puedes encontrar en el planeta Tierra, pero ¿sabías que el segundo mineral más duro es tá en tu cuerpo? ¡Si! Has escuchado bien. Tus dientes están protegidos por el esmalte dental, cubierta compuesta por hidroxiapatita, que convierte el diente en indestructible. Por ello, los odontólogos, los doctores de los dientes, utilizan taladros pequeños para tratarlos.

Dios protege tus dientes por medio del esmalte dental que colocó en ellos, pero también protege tu vida a través de tu ángel guardián. Todos los ni ños tienen a su lado un amigo invisible, que los cuida y los resguarda de pe ligros desde que nacen. Al lado de tu ángel tienes protección total. Cuan do vayas al cielo con Jesús, podrás conocer a tu ángel y platicar con él.

**Actividad:** Solicita a mami te cuente una historia de la Biblia que mencione el cuidado de los ángeles.

**Oración:** Querido Padre, gracias por proteger mis dientes y mi vida. Te agradezco por enviar un ángel a mi lado.

# Cuido mis dientes

**Versículo:** «Tus dientes, todos perfectos» Cantares 6: 6

DIOS HIZO TUS DIENTES con distintas funciones: para masticar los alimentos, para permitirte hablar con claridad y para verte mejor, es decir, si tienes dientes sanos y fuertes tu sonrisa será hermosa.

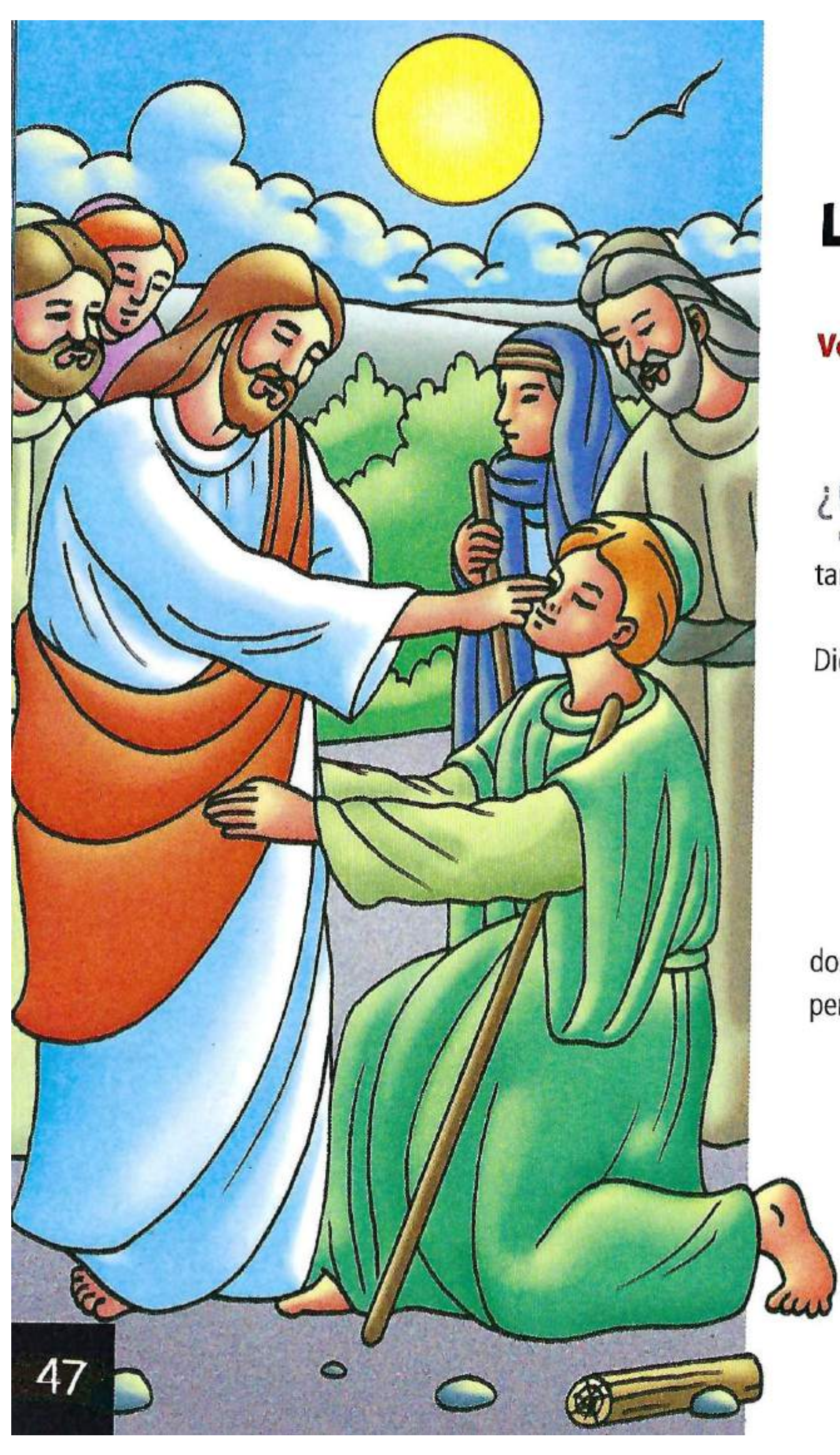
Decide cuidarlos y practicar los siguientes pasos:

1. Lava tus dientes cuando te levantes, después de cada comida y antes de dormir.
2. Dedica por lo menos tres minutos en cada cepillado. Recuerda lavar todos los dientes, no solo los que se encuentran en la parte delantera de tu boca.
3. Cambia tu cepillo dental cada tres meses y utiliza los de cerdas suaves.
4. Cepilla tu lengua para mantener un aliento fresco.
5. Evita alimentos que contengan mucha azúcar, pues deteriora tu esmalte, ocasionándote caries, huecos pequeñitos que dañan tus dientes.
6. Toma suficiente agua para evitar la sequedad en tu boca.
7. Visita regularmente a tu odontólogo.

**Actividad:** Observa un video sobre el correcto cepillado de dientes. Practica tu cepillado.

**Oración:** Querido Padre, ayúdame a cuidar mis dientes.





# La saliva

**Versículo:** «Jesús tomó de la mano al ciego y lo sacó fuera del pueblo. Le mojó los ojos con saliva, puso las manos sobre él y le preguntó si podía ver algo» Marcos 8: 23

¿SABÍAS QUE TU BOCA PRODUCE de 1 a 2 litros diarios de saliva? Pudieras llenar una jarra de la cocina de tu mami diariamente si la juntaras.

La saliva es el líquido que producen tus glándulas salivales en tu boca. Dios la creó con diversas funciones:

1. Mojar la comida para descomponerla y poder ingerirla, evitando así que te atragantes con los alimentos.
2. Intensificar el sentido del gusto.
3. Proteger tus dientes y las encías de las bacterias.
4. Ayudar a cicatrizar las llagas y aftas de tu boca.

Jesús utilizó su saliva en tres ocasiones para curar a un sordomudo y dos ciegos. Él desea que utilices tu cuerpo para ayudar y ser servicial con personas enfermas.

**Actividad:** Visita un amigo o familiar enfermo. Háblale del amor de Dios.

**Oración:** Querido Padre, gracias por mi saliva, ayúdame a ser servicial como lo fuiste tú.




# Labios ¿mentirosos o veraces?

**Versículo:** «El Señor aborrece a los mentirosos, pero mira con agrado a los que actúan con verdad»
Proverbios 12: 22

MENTIR ES LO OPUESTO A LA VERDAD. El diccionario lo define como manifestar lo contrario de lo que se sabe. El Padre de la mentira es Satanás, pues engañó a una tercera parte de los ángeles de Dios con sus mentiras, mencionando que Dios era malo y egoísta. Sin embargo, su plan no funcionó. Cuando el hijo de Dios, Jesús, murió en la cruz, sus mentiras fueron evidenciadas y salió a la luz la verdad del gran amor de Dios.

La Biblia dice que ningún mentiroso entrará en el reino de los cielos, pues Dios aborrece la mentira. Él es el padre de la verdad, y se regocija cuando los niños utilizan sus labios para decir siempre la verdad. Un niño veraz es honesto, respetado y de gran confianza, sobre todo, es de gran valor para Jesús.

**Actividad:** Inventa un canto utilizando el versículo de hoy.

**Oración:** Querido Padre, ayúdame a decir siempre la verdad.



# Labios perdonados

**Versículo:** «Aléjame del camino de la mentira y favoréceme con tu enseñanza» Salmos 119: 29

ISAAC Y REBECA TENÍAN DOS HIJOS: Esaú y Jacob. Un día Jacob engañó a su padre ciego, pues era un hombre de edad avanzada. Él deseaba tener la bendición que le correspondía a su hermano Esaú, por ser el mayor. Con astucia, se acercó con un guiso a su padre. Cuando el anciano preguntó ¿quién eres, hijo mío?, él mintió, haciéndose pasar por su hermano Esaú, recibiendo así la bendición que no le correspondía.

Pronto su hermano se enteró del engaño y se enojó mucho. Jacob, pensando que su hermano lo dañaría, huyó lejos de su hogar. Su mentira trajo consecuencias tristes para él y su familia, pues nunca más volvió a ver a sus padres. Sin embargo, Jacob se arrepintió y Dios lo perdonó, lo cuidó y protegió, pues tenía grandes planes con él.

**Actividad:** Si has mentido a papi o mami, solicita perdón y dales un beso como muestra de amor.

**Oración:** Querido Padre, perdóname si he utilizado mis labios para mentir.

# Reglas bucales

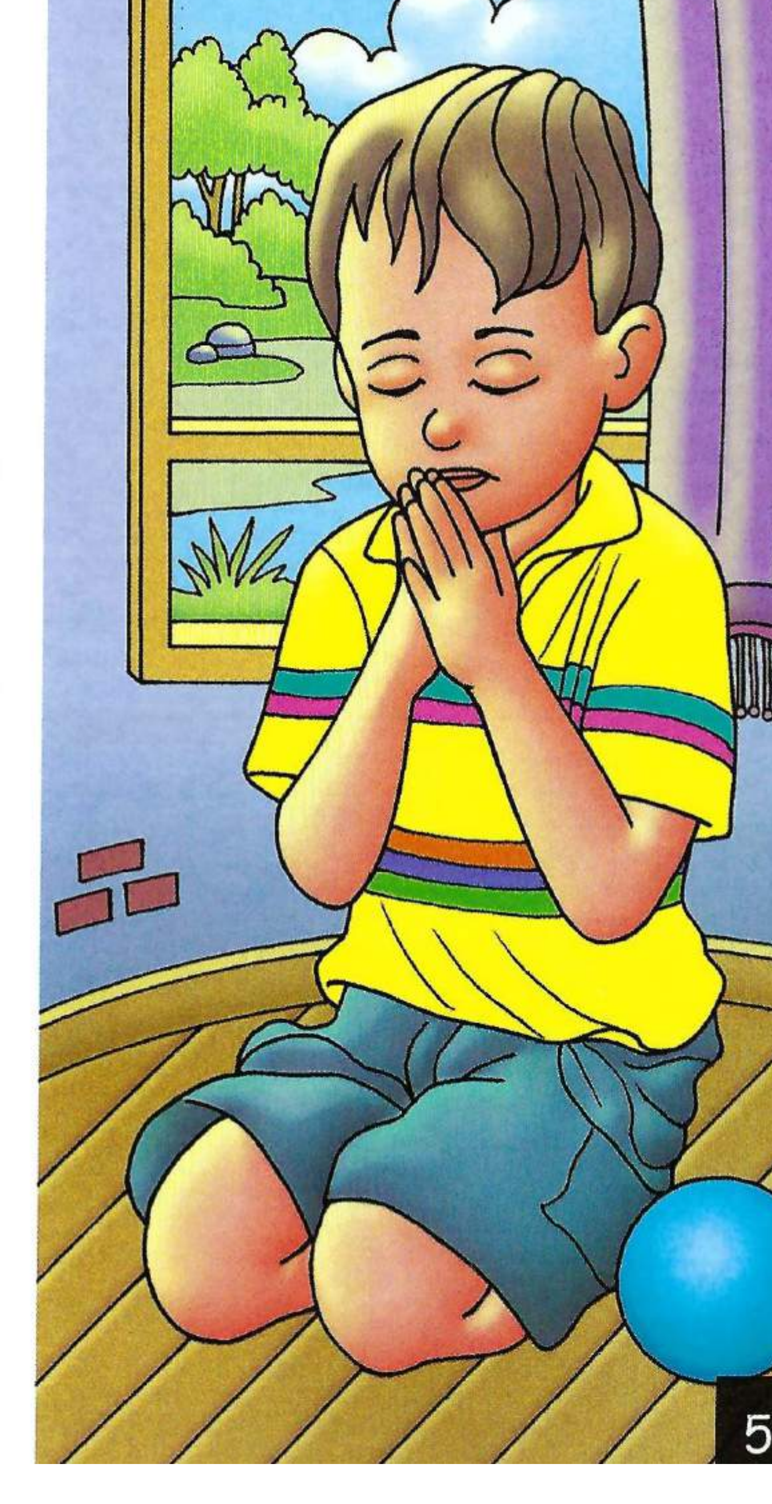
**Versículo:** «Señor, ponle a mi boca un guardián; vigílame cuando yo abra mis labios» Salmos 141: 3

EN LA BIBLIA ENCUENTRAS consejos de gran ayuda para usar tu boca correctamente:

1. Refrena tu lengua de hablar mal. Salmos 34: 13
2. No hables mentiras. Éxodo 20: 16
3. No andes con chismes entre tu gente. Levítico 19: 16
4. Trata bien a la gente... y responde con buenas palabras. 2 Crónicas 10: 7
5. Utiliza palabras amables y consoladoras para dar ánimo y valor. Job 16: 5
6. Consuela a los cansados con palabras de aliento. Isaías 50: 4
7. No digas malas palabras, sino solo palabras que traigan beneficio a quienes las escuchen. Efesios 4: 29
8. Arrodíllate para orar y hablar con Dios. Daniel 6: 10.
9. Pide perdón por tus pecados. Salmos 51: 9
10. Alaba con amor al Señor; cántale himnos. Salmos 101: 1
11. Predica de su palabra, cumpliendo su mandato. Mateo 28: 19 y 20

**Actividad:** Solicita a mami te recuerde las reglas bucales cuando hagas un mal uso de tu boca. Practícalas siempre.

**Oración:** Querido Padre, deseo utilizar mi boca en tu servicio.



# Dolor de cabeza

**Versículo:** «¡Ay, mi cabeza! ¡Me duele la cabeza!» 2 Reyes 4: 19

EN SUNEM VIVÍA UNA FAMILIA, eran amigos del profeta Eliseo. Ellos habían sido bondadosos con él, construyéndole un cuarto para que descansara cuando viajaba por esos lugares. El profeta, como agradecimiento, solicitó a Dios les diera un hijo, y Dios respondió. Un día el pequeño acompañó a su padre al campo. De repente gritó ¡Me duele la cabeza! Rápidamente su padre lo envió a casa, pero después de unas horas murió sobre las rodillas de su madre. Ella, lo colocó en la cama del profeta Eliseo, y sin perder tiempo, fue a buscarlo.

Cuando regresaron, el varón de Dios, se colocó sobre el niño: boca con boca, ojo con ojo, manos con manos. Entonces sucedió el milagro, el niño estornudó siete veces y abrió sus ojos. ¡Sí, el niño estaba vivo! Dios lo había resucitado utilizando a su profeta Eliseo.



**Actividad:** Juega con mami al doctor. Colócale un pañuelo húmedo en la frente, para aliviar su dolor de cabeza.



**Oración:** Querido Padre, gracias por tu amor y poder.

# Mi tronco

**Versículo:** «Tú me formaste con tus propias manos» Job 10: 8

EL TRONCO ES LA PARTE CENTRAL DE TU CUERPO, también llamada torso. Se encuentra compuesto, en la parte externa por:

1. El cuello: une el tronco con tu cabeza.
2. Los hombros: son los encargados de unir el tronco con tus brazos. Es la parte de tu cuerpo con más movimientos.
3. La espalda: se encuentra en la parte de atrás del tronco. Sostiene tu cuerpo y permite movimiento.
4. El abdomen: es el encargado de dar estabilidad al tronco en los movimientos que realiza y protege los órganos de adentro de tu cuerpo.
5. El ombligo: es la cicatriz que te recuerda que estuviste unido a tu mami en su vientre a través del cordón umbilical, pues era el medio por el cual podías comer y respirar.

Dios formó especial cada parte de tu tronco, pues sabía que sería necesario para tu cuerpo. Él te ama y desea que seas un niño feliz.

**Actividad:** Dibuja tu ombligo en la silueta de cartón.



**Oración:** Querido Padre, gracias por mi torso.




# Mis extremidades

**Versículo:** «Tú mismo me hiciste y me formaste»
Salmos 119: 73

LAS EXTREMIDADES DEL CUERPO son las partes que salen de tu tronco. Tienes cuatro extremidades: dos brazos y dos piernas, ambas compuestas por varias partes:

1. Extremidades superiores. Se encuentran unidas al tronco por el hombro. Se componen por el brazo, el codo, el antebrazo, la muñeca y la mano.
2. Extremidades inferiores. Se encuentran unidas al tronco por la cadera. Se componen por el muslo, la rodilla, la pantorrilla, el tobillo y los pies.

Tus extremidades no son órganos vitales, es decir, podrías vivir, aunque no los tuvieras. Sin embargo, Dios las creó con muchas funciones, pues con ellas puedes moverte, desplazarte, manipular objetos, crear formas, sentir texturas, jugar, correr, abrazar, realizar diversos deportes, etc. Dios es sabio y creó tus extremidades para que puedas disfrutar de tu cuerpo y de la vida que él te da.

**Actividad:** Realiza con tu familia un juego donde utilices tus extremidades superiores e inferiores.

**Oración:** Querido Padre, gracias por mis brazos y piernas.

# Mis manos

**Versículo:** «...hemos tocado con nuestras manos»
1 Juan 1: 1

TUS MANOS SON LA ÚLTIMA PARTE de tus extremidades superiores. Dios las hizo muy especiales, pues con ellas puedes escribir, colorear, tocar un instrumento, sujetar y manipular objetos. Son una parte del cuerpo importante en el sentido del tacto, pues con ellas puedes acariciar y sentir diversas texturas.

Las manos también son significativas para hablar, pues ayudan a comunicar en el lenguaje corporal. Puedes observar que cuando las personas dialogan, también mueven sus manos, expresando así sus ideas.

Otra función de las manos es la lengua de señas o signos, utilizada para comunicarse con las personas sordomudas, los cuales son signos gestuales articulados con las manos, acompañados de expresiones faciales. Con las manos las personas ciegas pueden leer por medio del sistema Braille.

Dios colocó tus manos en tu cuerpo pues sabía que serían esenciales para vivir pleno y feliz. Utilízalas con alegría.

**Actividad:** Observa cómo mueven las manos las personas mientras hablan. Investiga el abecedario o algunas palabras con el lenguaje de signos. Practica las señas con tus manos.

**Oración:** Querido Padre, gracias por mis manos.



# Jesús sana una mano seca

**Versículo:** «"Extiende la mano". El hombre la extendió y su mano quedó sana» Marcos 3: 5

UN SÁBADO, JESÚS ENTRÓ A LA SINAGOGA, así se nombraban a las iglesias en esa época. En el lugar se encontraba un hombre que tenía la mano seca, es decir, su mano estaba paralizada, no podía moverla, a causa de un accidente o enfermedad. Entonces, todas las personas que se encontraban ahí, miraron a Jesús para observar qué haría ante la situación.

Jesús, preocupado por la salud del hombre, lo mandó a levantarse y colocarse en medio de todos. Posteriormente le indicó que extendiera su mano, y cuándo éste obedeció, su mano quedó en el instante sanada. ¡Sí! Ahora su mano y sus dedos tenían movimiento.

Jesús tiene poder para sanar cualquier parte de tu cuerpo. Él te hizo y desea que goces de salud.

**Actividad:** Con ayuda de papi o mami, dramatiza la historia de Jesús y el hombre de la mano seca.



**Oración:** Querido Padre, gracias porque eres el único médico con poder para sanar lo incurable.

# Mis dedos

**Versículo:** «De mis manos y mis dedos cayeron gotitas de mirra»
Cantares 5: 5

¿SABÍAS QUE SOLO LAS PERSONAS y los koalas tienen dedos pulgares? Dios formó tus manos con cinco dedos, cada uno con características y funciones distintas:

1. Pulgar. Permite que tu mano pueda agarrar o sujetar objetos, así como ejecutar movimientos finos.
2. Dedo índice. Su nombre hace alusión a su función: indicar. Sirve para señalar, para mandar y solicitar la palabra al maestro cuando estás en clases.
3. Dedo medio o mayor. Es el más alto de todos y está en el centro, por eso algunos le llaman dedo corazón.
4. Dedo anular. Algunas culturas lo utilizan para colocar el anillo de matrimonio.
5. Meñique. Es el más pequeño.

Todos los dedos están formados por tres huesos llamados falanges, a excepción de tu dedo pulgar, que tiene dos.

**Actividad:** Memoriza los nombres de tus dedos. Con ayuda de mami dibuja, colorea, recorta y coloca las manos con dedos y uñas, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón.

**Oración:** Querido Padre, gracias por mis dedos de las manos.

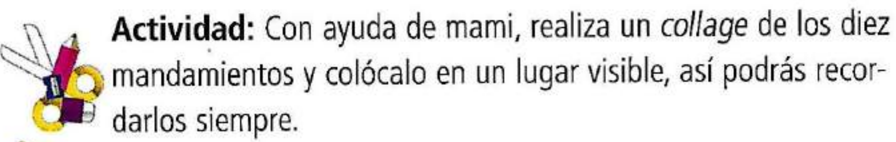


# Escrita con el dedo de Dios

**Versículo:** «Cumplan sus mandamientos y sus leyes, para que les vaya bien» Deuteronomio 10: 13

DIOS LE ENTREGÓ A MOISÉS en sus manos, en el monte Sinaí, dos tablas que tenían escritos los diez mandamientos. ¿Puedes imaginar esa letra? Sin duda que era perfecta, pues el lápiz que se usó fueron los dedos de Dios. Él desea que todos los niños sean felices, por eso escribió las reglas que protegerán tu vida:

1. No tendrás dioses ajenos delante de mí.
2. No te inclinarás a ellos ni los honrarás.
3. No tomarás el nombre de Jehová tu Dios en vano.
4. Acuérdate del día sábado para santificarlo.
5. Honra a tu padre y a tu madre.
6. No matarás.
7. No cometerás adulterio.
8. No robarás.
9. No digas mentiras en contra de tu prójimo.
10. No codiciarás.



**Actividad:** Con ayuda de mami, realiza un *collage* de los diez mandamientos y colócalo en un lugar visible, así podrás recordarlos siempre.

**Oración:** Querido Padre, gracias por las reglas que me protegen: tus mandamientos.

# Las uñas

**Versículo:** «La llevarás a tu casa... y se cortará las uñas»
Deuteronomio 21: 12

DIOS CREÓ LAS UÑAS para proteger las puntas de tus dedos, pues son muy sensibles. Tienen forma ovalada, son lisas y generalmente son de color rosa claro. Cuando eres pequeño tus uñas son muy flexibles, pero cuando creces y eres adulto, tus uñas son duras pero muy resistentes.
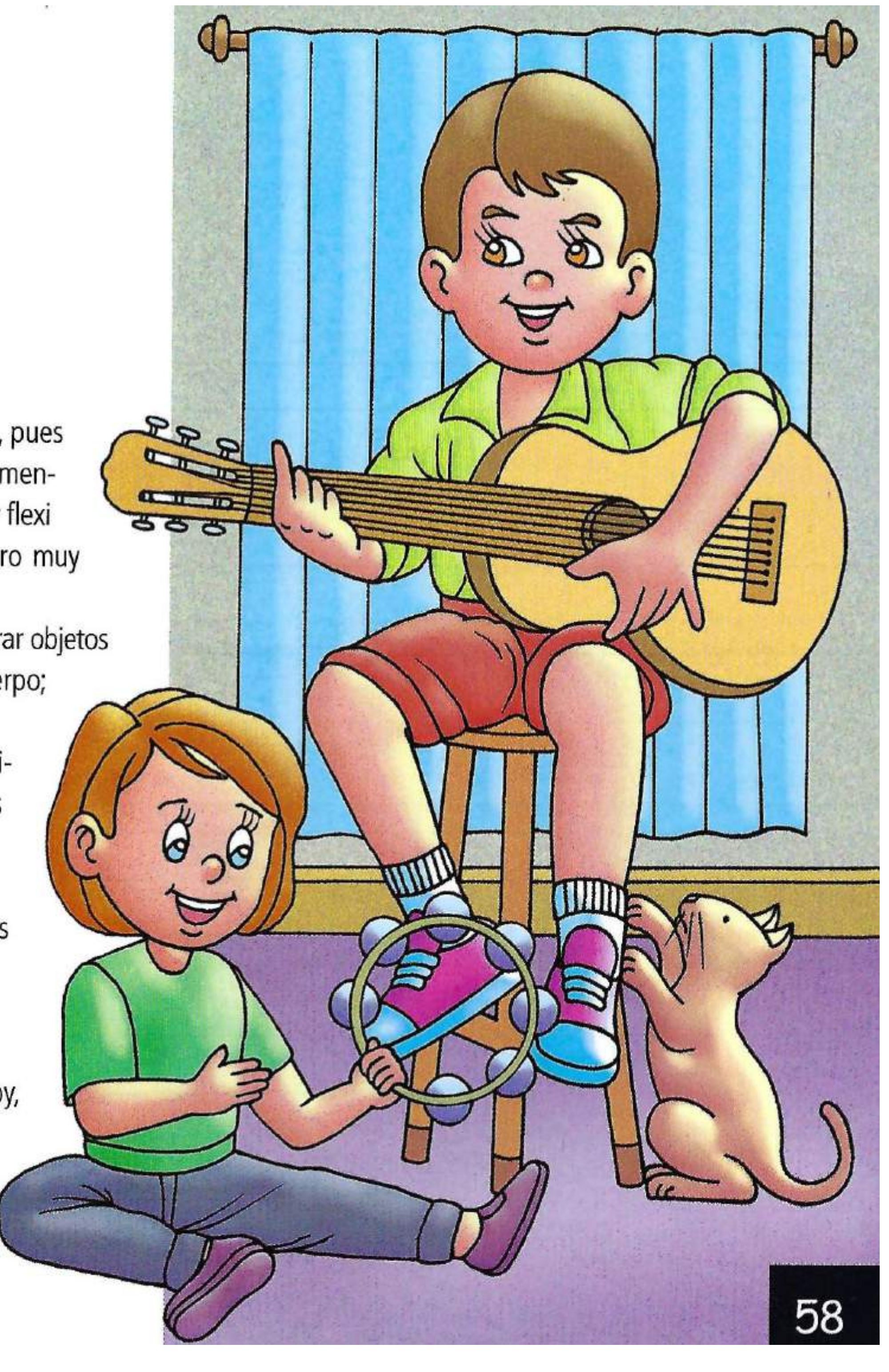
Las uñas también tienen otras funciones como: levantar o agarrar objetos pequeños; rascarte con ellas cuando te pica una parte del cuerpo; tocar instrumentos como la guitarra y desamarrar nudos.

Las uñas no tienen sensibilidad, sin embargo, cuando te lastimas una uña o te la cortas mal, tus dedos sufren. Las manicuristas son las personas que se encargan de cuidar y embellecer las uñas de las manos.

Dios desea que cuides tus uñas, manteniéndolas siempre limpias y cortas, pues son de gran utilidad para tus dedos.

**Actividad:** Solicita a mami que sea tu manicurista hoy, para limpiar y cortar las uñas de tus manos.

**Oración:** Querido Padre, gracias por mis uñas.







# ¿Uñas de águila?

**Versículo:** «Tras el orgullo viene el fracaso; tras la altanería, la caída» Proverbios 16: 18

NABUCODONOSOR, EL REY DE BABILONIA, era un hombre arrogante y orgulloso, pues creía que su reino era grande gracias a su poder e inteligencia. Dios usó al profeta Daniel para hablar con él y advertirle que debía renunciar a sus pecados, cambiando de actitud, pero él no quiso escuchar.

Un año después, mientras Nabucodonosor se alababa así mismo, perdió la razón, volviéndose loco, y se comportaba como un animal. Los hombres tuvieron que echarlo del reino al campo, pues comía hierba como buey. El cabello le creció mucho como plumas de aves y las uñas, largas y curvadas como las de águila. Después de 7 años, miró al cielo, y la razón le fue de vuelta, y volvió a la normalidad. Fue entonces cuando Nabucodonosor entendió que la gloria y el poder son de Dios.

**Actividad:** Investiga y observa las plumas y uñas de las águilas.

**Oración:** Querido Padre, quita el orgullo y la vanidad de mi vida. Deseo siempre darte la honra.




# Huellas dactilares

**Versículo:** «Bendito sea Dios… el único que hace grandes cosas»
Salmos 72: 18

LAS HUELLAS DACTILARES son líneas que tienen la yema de tus dedos en la piel, y dejan marca cuando ejerces presión sobre una superficie. Es única en el mundo. Nadie más tendrá una huella como la tuya, ni aun tu gemelo, si lo tuvieras. Gracias a ellas, la superficie de tus dedos no es del todo lisa, lo que te permite coger objetos con mayor facilidad sin que se te resbalen.

Si alguien por accidente quemara sus dedos, con el tiempo la piel se regeneraría y volvería a tener su huella.

Hoy en día, todos los documentos oficiales, registran la huella dactilar de cada individuo, pues es un medio excelente para identificar a las personas.

Dios no solo tiene registradas tus huellas, él tiene registrada cada parte de tu cuerpo, pues él te creó y te formó.

**Actividad:**



1. Con ayuda de tinta, coloca tu huella en un dedo de la silueta de cartón.
2. Solicita a papi te muestre una credencial con huella.

**Oración:** Querido Padre, gracias por mis huellas dactilares.

# Manos ocupadas

**Versículo:** «Procuren vivir tranquilos... trabajando con sus manos como les hemos encargado» 1 Tesalonicenses 4: 11

AUNQUE ERES PEQUEÑO, Dios desea que ocupes tus manos para ayudar. Te preguntarás ¿cómo puedo ocuparlas? A continuación, una lista de actividades que puedes realizar con tus manos:

1. Ayudar a recoger tus juguetes.
2. Colocar la ropa sucia en el cesto.
3. Arreglar tu cama.
4. Lavar los trastes.
5. Sacar la basura de la cocina.
6. Ordenar tu cuarto.
7. Llevarle agua a papi cuando arregla el jardín.
8. Cuidar a tus hermanos pequeños.
9. Alimentar a tus mascotas.
10. Acariciar a tus abuelitos.
11. Abrirle la puerta a un anciano.
12. Ayudar a tu maestra en el salón de clases.
13. Regalar ropa y juguetes a los niños pobres.
14. Compartir las enseñanzas de la Biblia con amigos.
15. Orar y platicar con tu amigo Jesús.



**Actividad:** Durante el día de hoy, practica cinco actividades de la lista anterior.



**Oración:** Querido Padre, deseo ocupar mis manos para ayudar.